



« بسمه تعالی »

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی گیلان

مرکز آموزشی - درمانی پورسینا

پلاک گذاری (آنچه همراهان باید بدانند)

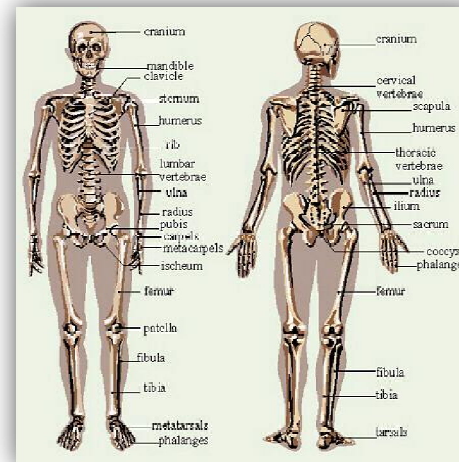


تهیه و تنظیم : پریسا شهشانی

زیر نظر سوپروایزر آموزشی

تابستان ۹۱

مددجوی گرامی ، شکستگی شما در یک سوم بالایی یا وسط استخوان ران می باشد که برای درمان از وسیله فلزی به نام پلاک برای وصل کردن تکه های شکسته استخوان استفاده می شود.



نکات مورد توجه پس از عمل جراحی :

۱. ورم و بی حسی و گزگز شدن پای

پلاک گذاری شده

- ۲. خونریزی و ترشح از ناحیه عمل
- همواره سعی کنید پای خود را روی بالش یا پتو گذاشته و در سطحی بالاتر از قلب قرار دهید تا بدین ترتیب از ورم

کردن پا جلوگیری کنید.

- حرکت دادن انگشتان و مچ پا را بطور

مرتب انجام دهید

- جهت تغییر وضعیت از پهلوئی به

پهلوی دیگر به کمک پرستار یا

همراهتان از یک بالش بین پاها

استفاده کنید.

- روزانه چند نفس عمیق کشیده و سرفه کنید.



- برای مراقبت از پوست قسمتهایی از بدن که فشار بیشتری به آنها وارد میشود مثل پاشنه پا، زیرشانه ها و باسن، ملحفه ها را تمیز نگه داشته و روزی چند بار تغییر وضعیت دهید .

- ماساژ بدن را فراموش نکنید چون باعث گردش خون بهتر و در نتیجه بهبودی زودتر شما میشود.

- از دستگیره یا طناب بالای تخت خود استفاده کنید جهت بلند شدن از پرستار یا همراهتان در چند روز اول کمک بگیرید.

- آنتی بیوتیک های تجویز شده را در زمان تعیین شده استفاده کنید.

- تا ۳ ماه بعد از جراحی سعی کنید به کمک عصا راه بروید و روی پای عمل شده به طور مستقیم فشار نیاورید.

- نظافت شخصی را رعایت کنید.
- از غذاهای حاوی فیبر و سبزیجات، روغن زیتون، مایعات ملین استفاده کنید تا دچار یبوست نشوید.

